**ПОДРОСТКОВЫЙ СУИЦИД**

**КРИК О ПОМОЩИ!!!**

Прежде чем совершить суицидальное действие в большинстве случаев наблюдается подготовительный период (предсуицид).

**Вы можете заметить признаки готовящегося самоубийства у детей:**

По словам:

* Часто говорит о своем душевном состоянии;
* Прямые высказывания – «Нет смысла жить дальше»;
* Косвенные высказывания – «Ничего, скоро вы от меня отдохнете»;

По поведению:

* подавленное настроение;
* проявление раздражительности, угрюмости;
* потеря аппетита или чрезмерное обжорство;
* бессонница;
* интерес к возможным способам самоубийства;
* приведение своих дел в порядок;
* прощание с друзьями и выражение благодарности.

**ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА**

* Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых
* Резкое повышение общего ритма жизни
* Социально-экономическая дестабилизация
* Алкоголизм и наркомания среди родителей
* Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие
* Алкоголизм и наркомания среди подростков
* Неуверенность в завтрашнем дне
* Отсутствие морально-этических ценностей
* Потеря смысла жизни
* Низкая самооценка, трудности в самоопределении
* Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни
* Безответная влюбленность

**ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА:**

* + Установите заботливые взаимоотношения с ребенком
  + Будьте внимательным слушателем
  + Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации
  + Помогите определить источник психического дискомфорта
  + Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно
  + Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы
  + Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить
* перспективу на будущее
  + Внимательно выслушайте подростка!

**ВСЯКОЕ ПОВЕДЕНИЕ ИМЕЕТ ЦЕЛЬ**

*Суицидальные подростки не могут сказать: «У меня неприятности. Одному мне не справиться. Я веду себя так, словно собираюсь убить себя, потому что хочу, чтобы кто-то вмешался в мои планы»*

*Если считать, что во всяком поведении прослеживается какая-то цель, то цель суицидальной попытки – дать сигнал бедствия, объявить во всеуслышание, что мне плохо, у меня беда.*

*Большинство суицидентов словно выставляют перед собой «предупреждающие знаки».*

***Знаки эти – их крик о помощи!!!***

***НА ЗАМЕТКУ РОДИТЕЛЯМ***

Для того чтобы ценить себя и свою жизнь, ребенок должен ощущать любовь к себе.

Потребность любви – это:

- потребность быть любимым;

- потребность любить;

- потребность быть частью чего-то.

Если эти три «потребности» присутствуют в жизни ребенка, он в состоянии справляться с жизнью, решать встающие перед нами проблемами.